

# Poularde à la niçoise

## Ingrédients :

1 belle poularde, 250 g. de pommes de terre nouvelles, 200 g. de carottes, 150 g. de beurre, 150 g. d'oignons, 150 g. d'olives de Nice, 150 g. de lard maigre, 100 g. de céleri, 12 fonds d'artichauts poivrades, 1 citron, 12 petites courgettes, 2 cuillers de concentré de tomate, 1/2 verre d'huile d'olive, 1,5 dl. de vin blanc, 1,5 dl. de bouillon ( de volaille ), estragon, ail, poivre, sel.



- *Couper lard, céleri, oignons, carottes en petits dés.*
- *Flamber la poularde, en garnir l'intérieur de beurre, de sel et d'estragon, la brider.*
- *En cocotte, chauffer l'huile et y incorporer les dés précédemment coupés, puis la poularde, dorer la poularde de tous côtés, l'assaisonner et la faire cuire à feu doux à couvert en la retournant et l'arrosant régulièrement.*
- *Peler les courgettes, les couper en deux dans la longueur et les braiser à la poêle dans du beurre.*
- *Arroser les fonds d'artichauts de jus de citron, les faire blanchir 6 minutes dans une casserole d'eau bouillante salée, puis les faire étuver au beurre.*
- *Faire sauter les pommes de terre.*
- *Dresser la poularde sur un plat chaud, l'entourer des courgettes, des pommes sautées, des artichauts et des olives.*
- *Napper avec le fond de cuisson déglacé au vin blanc et au bouillon, saupoudrer d'estragon.*